



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

**FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LOS
DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS
TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA
INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA-PAITA, 2017**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

MÉDICO CIRUJANO

AUTOR:

PAUL GIAN MARCOS DE LA CRUZ GODOS

ASESOR:

DR. MARX RÍOS TRONCOS

LINEA DE INVESTIGACIÓN

SALUD OCUPACIONAL

PIURA – PERÚ

2017

PAGINA DEL JURADO

Dr. Enrique Cruz Vílchez

PRESIDENTE

Dr. Marco Antonio Alvarado Carbonel

SECRETARIO

Dr. Julio Cesar Barrena Dioses

VOCAL

DEDICATORIA

A todos los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, por su valioso esfuerzo laboral y reconocido desempeño dentro de la empresa, son un gran ejemplo de perseverancia y sacrificio para el bienestar de sus familias.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, mis padres y hermanos, por ayudarme a cumplir esta meta de ser un profesional.

A los ingenieros: Erick Hoyos Granda y Hugo Herrada Chero, por permitirme realizar mi investigación en la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita.

A mi asesor, Dr. Marx Ríos Troncos, por su paciencia y motivación en la realización de mi trabajo de investigación.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Yo Paul Gian Marcos De La Cruz Godos, con DNI N° 47227906, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo filial Piura, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Medicina Humana, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Piura, 25 de enero del 2017

Paul Gian Marcos De La Cruz Godos

PRESENTACIÓN

Señores Miembros Del Jurado:

Presento ante ustedes la Tesis titulada “FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A LOS DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA-PAITA,2017”,en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para obtener el Título Profesional de Médico Cirujano.

Con la convicción de que se le otorgará el valor justo y mostrando apertura a sus observaciones, agradezco de antemano las sugerencias y apreciaciones que se brinden a la investigación.

Esperando señores miembros del jurado que la presente investigación cumpla con las exigencias establecidas por la universidad y requisitos de aprobación.

Paul Gian Marcos De La Cruz Godos.

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| RESUMEN | ix |
| ABSTRACT | x |
| I. INTRODUCCIÓN | 11 |
| 1.1. ANTECEDENTES. | 12 |
| 1.1.1. INTERNACIONALES | 12 |
| 1.2. JUSTIFICACION..... | 14 |
| 1.3. MARCO TEORICO..... | 15 |
| 1.4. MARCO CONCEPTUAL | 19 |
| 1.5. PROBLEMA DE INVESTIGACION..... | 20 |
| 1.6. OBJETIVOS | 20 |
| 1.6.1. General | 20 |
| 1.6.2. Específicos | 20 |
| II. MARCO METODOLÓGICO | 25 |
| 2.1. VARIABLES | 25 |
| 2.2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES | 25 |
| 2.3. METODOLOGÍA..... | 29 |
| 2.4. TIPO DE ESTUDIO..... | 29 |
| 2.5. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN | 29 |
| 2.6. POBLACIÓN Y MUESTRA..... | 29 |
| 2.6.1 POBLACIÓN..... | 29 |
| 2.6.2 MUESTRA POBLACIONAL..... | 29 |
| 2.6.3. MUESTREO | 29 |
| 2.7. CRITERIOS DE SELECCIÓN | 30 |
| 2.7.1 Criterios de inclusión | 30 |
| 2.7.2 Criterios de exclusión | 30 |
| 2.8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS | 30 |
| 2.9. MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS..... | 30 |
| 2.10. ASPECTOS ÉTICOS..... | 31 |
| III. RESULTADOS..... | 32 |
| V. CONCLUSIONES | 51 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| VI. RECOMENDACIONES | 52 |
| VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS | 53 |
| VIII. ANEXOS | 55 |

RESUMEN

Objetivo General: Determinar los factores de riesgo psicosociales asociados a los desórdenes de la calidad de sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica Paita, en el año 2017.

Metodología: Es un estudio cuantitativo, descriptivo, retrospectivo de corte transversal y correlacional, donde se trabajó con 150 trabajadores del área de producción que cumplieron con los criterios de inclusión. Los datos se recogieron en un cuestionario y fueron tabulados en el programa SPSS Versión 19. Se utilizó Chi cuadrado con su intervalo de confianza al 95% estadísticamente significativos los resultados con una $p < 0.05$.

Resultados: De todos los trabajadores encuestados el 22% ($n=22$) presentaron buena calidad del sueño y el 78% ($n=78$) presentaron mala calidad del sueño. Se evidenció asociación estadísticamente significativa entre calidad del sueño y los siguientes factores de riesgo psicosociales de nuestros trabajadores: la edad (Chi cuadrado 11.66 , $p=0,00$) ;el sexo (Chi cuadrado 19.82, $p=0,00$); niños pequeños en casa (Chi cuadrado 8.61 , $p=0,00$); actividades laborales fuera del turno de la empresa (Chi cuadrado 8.61, $p=0,00$); procedencia (Chi cuadrado 26.01, $p=0,00$); antecedentes patológicos (Chi cuadrado 44.98 , $p=0,00$); turnos nocturnos (Chi cuadrado 11.42, $p=0,00$); carga horaria (Chi cuadrado 44.98, $p=0,00$). Según los componentes del índice de calidad del sueño de Pittsburgh el 34% ($n=34$) tienen bastante mala calidad del sueño ;el 65% ($n=65$) tienen una latencia del sueño bastante buena; el 48% ($n=48$) tienen una duración del sueño entre 6 y 7 horas; el 74% ($n=74$) tienen una eficiencia habitual del sueño muy buena; el 70% ($n=70$) no presentan perturbaciones mientras dormían; el 95% ($n=95$) no han utilizado medicación para dormir; el 52% ($n=52$) presentan disfunción durante el día bastante mala.

Conclusiones: Los factores de riesgo que tienen asociación estadísticamente significativa con la mala calidad del sueño son la edad, el sexo, niños pequeños en casa, actividades laborales fuera del turno de la empresa, procedencia, antecedentes patológicos, turnos nocturnos, y carga horaria.

Palabras claves: Calidad del sueño, factores de riesgo psicosociales, Test de Pittsburgh.

ABSTRACT

General objective: To determine the risk factors associated with sleep quality disorders in workers in the production area of the Industrial Fishing Company Santa Monica Paita, in 2017.

Methodology: This is a quantitative, descriptive, retrospective cross-sectional and correlational study, where 150 workers from the production area met the inclusion criteria. The data were collected in a questionnaire and tabulafos in the program SPSS 19. Chi square was used with its 95% confidence interval statistically significant the results with a $p < 0.05$.

Results: Of all the workers surveyed, 22% ($n=22$) presented good sleep quality and 78% ($n=78$) had poor sleep quality. A statistically significant association was found between sleep quality and the following psychosocial risk factors of our workers : age (Chi square 11.66 , $p=0,00$); sex (Chi square 19.82, $p=0,00$); small children at home (Chi square 8.61 , $p=0,00$); labor activities outside company shift (Chi square 8.61, $p=0,00$); origin (Chi square 26.01, $p=0,00$); pathological antecedents (Chi square 44.98 , $p=0,00$); night shifts (Chi square 11.42, $p=0,00$); work load (Chi square 44.98, $p=0,00$). According to the Pittsburgh Sleep Quality Index components, 34% ($n=34$) have fairly poor sleep quality; 65% ($n=65$) have fairly good sleep latency ; 48% ($n=48$) have a sleep duration of 6 to 7 hours; 74% have a very good habitual efficiency to the dream; el 70% ($n=70$) do not present disturbances while they sleep; 95% ($n=95$) have not used medication to sleep; 52% ($n=52$) present dysfunction during the day quite bad.

Conclusions: Risk factors that have a statistically significant association with poor sleep quality are age, sex, small children at home, labor activities outside company shift, origin, antecedents pathological, night shifts, and workload.

Key words: Sleep quality, Psychosocial risk factors, Pittsburgh test.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad se han establecido modificaciones en la estructura laboral del área industrial afectando la salud del individuo e introduciéndose la carga y el estrés como factores importantes para una mala calidad de trabajo en las empresas.¹

El individuo necesita trabajar a diario para poder generar un recurso monetario para cubrir sus propias necesidades y la de su familia, y en muchos casos el aceptar cualquier trabajo genera insatisfacción laboral y mayor estrés.⁵

Si bien es cierto las personas utilizan un tiempo determinado para descansar, no todas ellas disfrutan de un tiempo completo y satisfactorio para dormir, muchos trabajadores llevan el trabajo a su hogar y con ello los cambios de humor.¹⁶

Si no durmiéramos no tendríamos un correcto funcionamiento de nuestro organismo y por ende la aparición de enfermedades, estaríamos malhumorados, cansados, sin ganas de realizar nuestras actividades cotidianas y es más frecuente encontrar todas estos desórdenes en trabajadores que realizan turnos de noche.¹⁷

Dentro de las empresas del área industrial se deben identificar esta problemática ya que el individuo no es una maquina es un ser humano que siente y piensa y tiene el derecho de tener una calidad de trabajo exitosa.¹⁹

Por lo cual el presente estudio está orientado en identificar los factores de riesgo psicosociales asociados a los desórdenes de la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Monica-Paita,2017.

1.1. ANTECEDENTES.

1.1.1. INTERNACIONALES

- La problemática de mala calidad del sueño también fue percibida y evaluada en nuestro vecino país Ecuador, es así que en el año 2014 Montero, Ochoa y Colaboradores dedicaron su tiempo en la realización de un estudio al que denominaron “Alteraciones de la calidad de sueño y factores de riesgo asociados en trabajadores de la empresa Hidropaute de la Ciudad de Cuenca, 2014”. Al igual que en nuestro estudio utilizaron el Test de Pittsburgh su propósito fue determinar la presencia de alteraciones de la Calidad del sueño y factores de Riesgo Asociados en los trabajadores, en el que participaron 193 trabajadores de dicha empresa. Obtuvieron como resultados que el 57.5 % no tienen problemas de sueño (buenos dormidores) y el 42.5 % de los empleados tienen dificultad para dormir (malos dormidores), de ellos el 35.8 % tienen entre 25 a 45 años, el 28.5 % están casados, el 39.4 % son varones, el 31.1 % viven en zona urbana, el 19.7 % presentan patologías, el 32.6 % laboran más de 8 horas diarias y el 34.7 % no realizan turnos nocturnos.²²
- Los turnos rotatorios son considerados un factor predisponente para la aparición de alteraciones en la calidad del sueño, es por ello que Trelles y colaboradores realizaron un estudio al que denominaron “Trastornos y calidad de sueño en trabajadores industriales de turno rotatorio y turno fijo diurno”, el cual tuvo como finalidad el estimar la prevalencia de los trastornos de sueño y conocer su relación en la calidad de sueño, el estrés, la depresión y variables. Contaron con una muestra de 173 trabajadores de turno rotatorio y 153 del turno fijo. Dentro de los resultados que encontraron fueron que los empleados del turno rotatorio presentan mayor cantidad de trastornos de sueño como el insomnio, ronquido, excesiva somnolencia diurna entre otros; así como también este grupo de empleados reportan la peor calidad de sueño y tienen mayor puntuación en depresión al compararlos con los de turno fijo.²⁸

- En la ciudad de Colombia el transporte es una herramienta esencial para la población ,y se han reportado accidentes laborales a causa de la mala calidad del sueño de los trabajadores del volante ,es por ello que en el año 2015, Torres realizó una investigación a la que tituló “Sueño y condiciones de trabajo y salud en conductores de transporte especial un enfoque psicosocial, ciudad de Bogotá, 2012-2013”; cuyo objetivo fue identificar la relación entre el sueño y las condiciones de salud y trabajo dentro de esta población. Y obtuvo como resultados que el 72% de los conductores tuvieron mala calidad de sueño, según la Escala de Pittsburg; además esta investigación arrojó que el 42 % de la población presenta una somnolencia diurna de severidad moderada y somnolencia patológica con el 11 % de la muestra, según la escala de Epworth, contando con patrones de sueño corto en un 55,9%, intermedio de 35,2% y sueño largo un 8,9% en la muestra de la población estudiada.²⁰

1.1.2. NACIONALES

- Los estudiantes de medicina, están sujetos a situaciones de estrés a causa de exámenes y actividades académicas, esto repercute en la buena calidad del sueño y fatiga ,llevando a muchos de los estudiantes de medicina a renunciar a sus sueño de llegar a ser médicos, es por ello que Rosales y colaboradores, realizaron un estudio al cual titularon “Somnolencia y calidad del sueño en estudiantes de medicina de una Universidad Peruana”; cuyo objetivo fue: Determinar el grado de somnolencia diurna y calidad de sueño en estudiantes de medicina. Se trató de un estudio de tipo transversal, con una muestra probabilística de estudiantes del sexto grado (76 externos) y de séptimo grado (74 Internos). Los resultados de esta investigación fueron: no se apreciaron diferencias significativas entre la somnolencia y calidad de sueño entre internos y externos; de la totalidad de estudiantes de medicina encuestados el 58 % tenían mala calidad de sueño, y el 34 % excesiva somnolencia diurna. La latencia subjetiva del sueño mayor de 30 minutos, dormir 6 horas o menos, y la eficiencia subjetiva del sueño es menor de 85 %. La correlación entre calidad del sueño y somnolencia diurna fue $R=0,426$ $p<0,001$. Concluyeron que: encontraron una alta frecuencia de pobre calidad de sueño y excesiva somnolencia diurna en los

estudiantes de medicina que participaron en este estudio. Y que ambas estaban relacionadas con el consumo de cafeína y tabaco. ²⁶

- Los internos de medicina siguen siendo estudiantes, ellos experimentan turnos de trabajo excesivo, guardias nocturnas, cambios de horarios, sumados al estrés y fatiga, por ello Paico Liñán, realizó un estudio titulado “Calidad de sueño y somnolencia diurna en internos de medicina del Hospital Dos de Mayo periodo setiembre – noviembre 2015”; que tuvo como finalidad el Determinar la Calidad de sueño y Somnolencia Diurna en internos de medicina del Hospital Nacional Dos de Mayo durante el período Setiembre - Noviembre del 2015. Se trata de un estudio de tipo descriptivo-transversal. La muestra estuvo conformada por 101 estudiantes internos de la facultad de medicina del HNDM. Y los resultados fueron medidos por el Índice de calidad de sueño de Pittsburgh y la Somnolencia con la escala de Somnolencia de Epworth. Los resultados fueron: que el 56.44 % tienen una calidad de sueño bastante mala y un 37.62 % presentan una somnolencia Marginal o Moderada. ²⁷

1.2. JUSTIFICACION.

Es importante identificar la mala calidad del sueño en los trabajadores ya que esto nos permitirá disminuir los accidentes e incidentes laborales, el riesgo de enfermarse y la deficiente productividad de la empresa. ⁷

Existen situaciones como los turnos de noche, el aumento de horas laborales, la excesiva carga horaria, el estrés que perjudican la salud del trabajador y su seguridad industrial. ⁷

Cada 15 años que el ser humano realiza turnos de noche y rotatorios, envejece cinco años aproximadamente y el individuo tiende a presentar enfermedades físicas y mentales esto es según estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud. ⁸

En el Perú y nuestra región piurana no existen estudios de investigación sobre calidad del sueño en trabajadores industriales, por tal motivo se decidió realizar este estudio de investigación determinaría la relación entre los factores de riesgo psicosociales y los

desórdenes de la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica- Paita, 2017.

1.3. MARCO TEORICO.

Los factores psicosociales son un conjunto de situaciones, características que presenta el individuo que interfiere en su desempeño y destrezas laborales además su salud y la de su entorno, ya que el estrés y la fatiga física y mental juegan un papel muy importante.¹

Es importante resaltar que cuando hablamos del origen del cambio en las situaciones de riesgo psicosocial se relaciona con su entorno que incluye su familia, amigos y compañeros de trabajo, debido al mal diseño y ordenación del empleo.¹

Cada persona tiene su propia necesidad de horas de sueño, hay personas que necesitan dormir entre 5 horas o menos, como hay otras que necesitan más de 8 horas, sin embargo el tiempo de sueño promedio es de siete a ocho horas de sueño, identificando que el sueño está relacionado a un patrón propio de cada individuo y no algo estandarizado.³

La cantidad de horas de sueño recomendada por algunos autores para que el ser humano se sienta en óptimas condiciones tal como la salud, bienestar físico y mental, algunos es entre siete u ocho horas de sueño.³

Existe una asociación entre la mala calidad del sueño y los accidentes e incidentes laborales producto de la disminución de la alerta mental.⁶

El sueño es un estado fisiológico, el nivel de alerta del ser humano está disminuido, y el individuo tiende a descansar o reposar.⁹

La pérdida del sueño afecta la calidad y capacidad del desarrollo del trabajador. En numerosas investigaciones, se ha demostrado que el desarrollo de la personas altera las funciones normales tales como memoria, estado mental, motor y sobre todo la conducta por falta de sueño.¹⁰

El sueño es considerado como una parte importante de la vida cotidiana, es una necesidad biológica que el ser humano requiere para reestablecer las funciones físicas y mentales y así tener mejor rendimiento.¹¹

El sueño normal, o también denominado sueño reparador , que permite la recuperación de energía de nuestro organismo depende de la edad, estado emocional, mental del trabajador.¹²

El índice que se empleará en esta investigación para determinar la calidad de sueño es el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (ICSP), el cual es determinado como una encuesta que mide la calidad de sueño y las circunstancias que lo altera en el periodo del último de mes.¹³

Este índice fue desarrollado por Buysse et al, en el año 1989, en Estados Unidos; y cuyo objetivo es el evaluar la calidad de sueño y las alteraciones clínicas durante un mes previo.¹⁴

Existen versiones en español del Índice de la calidad de sueño de Pittsburgh, tanto en España como en países latinoamericanos, sin embargo no existe una versión aceptada psicométricamente hacia la población hispano hablante, por tal motivo se hace necesario esta investigación.¹³

Este índice trata de un cuestionario el cual medirá la calidad de sueño y sus alteraciones durante el último mes.¹⁴

Este cuestionario consta de 19 preguntas de autoevaluación; que se organizan en 7 componentes tales como: calidad subjetiva, latencia, duración, eficiencia, perturbaciones del sueño; así como el uso de medicamentos para dormir y la disfunción diurna.¹³

Estos componentes arrojan puntuaciones, las cuales se sumaran dando una variación entre 0 a 21 puntos; teniendo una proporción indirectamente a mayor puntuación menor calidad de sueño; teniendo los siguientes rangos:

- De 0 a 5 puntos → Normal
- De 6 a 8 puntos → Leve

- De 9 a 11 puntos → Moderado
- De 12 a 21 puntos → Severo.¹³

Además este índice es considerado como un cuestionario auto aplicable, breve y rápido. Y es calificado como un instrumento de carácter estándar para la evaluación de calidad del sueño.¹⁵

Los cambios que el ser humano ha tenido que pasar actualmente en su área de trabajo, ha ocasionado disminución en las horas de sueño y con ello desordenes en su salud y el ingreso de mayor estrés y carga laboral.¹⁶

Un tema importante en esta investigación es el Ritmo circadiano, es considerado como el ciclo diario de vigilia – sueño el cual permite organizar la conducta en el tiempo y así mismo concordar la regulación de los procesos biológicos como la temperatura, el cortisol, la excreción de la hormona de crecimiento, entre otros. El oscilar endógeno que regula el ritmo de sueño-vigilia, es el núcleo supraquiasmático del hipotálamo.²³

Los mecanismos que regulan este ritmo circadiano del sueño se encuentra a nivel neurológico, y en el hipotálamo cerebral, ellos regulan la secreción de la sustancia sensible a la luz llamada melatonina, que es producida por cerebelo.²⁴

Cada individuo tiene su propio ritmo circadiano de sueño, que es determinado por diversas particularidades de la persona tal como es la hora en que se levanta, la hora en que se acuesta, entre otros.²⁴

Este ritmo circadiano del sueño es llamado también el reloj biológico, ya que es el ciclo diario de sueño y vigilia, el cual tiene la función de permitir una coordinación de las actividades de la persona durante las 24 horas del día.²⁵

RESEÑA DE LA EMPRESA SANTA MONICA S.A

Los datos fueron proporcionados por el jefe del área de Relaciones Industriales de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica, Paita. Ver Anexos.

Esta investigación se realizó en la Empresa Pesquera Industrial Santa Mónica S.A.; la cual es considerada una de las compañías del país líderes en el abastecimiento de productos marinos de alta calidad en el mercado nacional e internacional; estos productos van desde alimento de uso industrial como es la harina de pescado, hasta alimentos procesados listo para el uso humano.

Fue creada desde el año 1994, y localizada en la costa norte del Perú a poca distancia del Puerto de Paita; su grupo de trabajadores consta con más de 300 personas entrenadas para crear más de mil puesto de trabajo en la región.

Su principal objetivo es proveer de productos marinos congelados de alta calidad y así mismo respeta el medio ambiente y los diversos ecosistemas marinos.

Dentro del staff de profesionales que trabajan en esta empresa industrial se encuentran:

La gerencia; que son profesionales que se preocupan por alcanzar la máxima calidad en sus productos.

El área administrativa: es el personal que se encarga de asegurar el trato adecuado entre el proveedor y el comprador.

Empleados: es un grupo de personas que conforman la planilla trabajadora, ésta consta de 300 personas.

El área de producción: es el área en la cual este estudio tiene su desarrollo, ya que es el lugar en donde se produce el mayor número de accidentes e incidentes laborales. Consta de 150 trabajadores, entre hombres y mujeres; los cuales están divididos en dos turnos rotatorios.

- Diurno: lunes a sábado (8 a.m. hasta las 7:00 p.m.)
- Nocturno: lunes a sábado (8 p.m. hasta las 7:00 a.m)

1.4. MARCO CONCEPTUAL

- Factores psicosociales: Conjunto de situaciones, características que presenta el individuo y que perjudica su desempeño y destrezas laborales además su salud y la de su entorno, ya que el estrés y la fatiga física y mental juegan un papel muy importante.¹
- Ritmo circadiano del sueño.- Es el reloj biológico de nuestro organismo, ya que regula el estado de sueño y vigilia mediante la ausencia de luz y la desaparición de la misma. ²
- Trabajo.- El individuo necesita trabajar a diario para poder generar un recurso monetario para cubrir sus propias necesidades y la de su familia. ⁵
- Turno nocturno.- Horario de trabajo que se realiza en la noche y es considerado el más perjudicial para la salud del trabajador, por alteraciones en el ritmo circadiano. ⁵
- El sueño.- Es un estado fisiológico, el nivel de alerta del ser humano está disminuido, y el individuo tiende a descansar o reposar. ⁹
- Calidad del sueño.- Es una percepción subjetiva y objetiva que tiene el trabajador con relación a las verdaderas horas de sueño. ¹³
- El Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh.- Es una encuesta que evalúa la calidad del sueño y las razones que lo altera en el último de mes. ¹³

1.5. PROBLEMA DE INVESTIGACION

¿Cuáles son los factores de riesgo psicosociales asociados a los desórdenes de la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, 2017?

1.6. OBJETIVOS

1.6.1. General

- Determinar la relación estadísticamente significativa entre los factores de riesgo psicosociales y los desórdenes de la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, 2017.

1.6.2. Específicos

- Identificar los factores de riesgo psicosociales asociados a los desórdenes de la calidad del sueño en los trabajadores en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, 2017.
- Determinar la frecuencia de la mala calidad del sueño de los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, 2017.

II. MARCO METODOLÓGICO

2.1. VARIABLES

Variable dependiente: Calidad del sueño.

Variable independiente: Factores de riesgo psicosociales.

2.2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

| TIPO DE VARIABLE | VARIABLE | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICION OPERACIONAL | INDICADORES | MEDICIÓN | INSTRUMENTO |
|---|--------------|---|------------------------------------|--|----------|---------------------|
| Variable independiente: Factores de riesgo psicosociales | Edad | “Tiempo que ha transcurrido desde el nacimiento de un ser vivo” ¹⁸ | Número de años desde el nacimiento | 18 años 19 a 30 años 31 a 50 años > 50 años | Ordinal | Cuestionario |
| | Sexo | “Condición biológica que define el género del trabajador” ²¹ | Tipo de sexo | Masculino Femenino | Nominal | |
| | Estado civil | “Situación legal de la persona que está en relación con su pareja” ⁴ | Tipo de estado civil | Soltero Conviviente Casado Divorciado Viudo Padre soltero | Nominal | |

| | | | | | | |
|--|--|---|-------------------------|---------------------------|---------|--|
| | Niños pequeños que viven en su casa | Niños que viven dentro de su casa e interactúan con el trabajador | Niños menores de 5 años | Si No | Nominal | |
| | Actividades laborales fuera del turno de trabajo | “Situaciones o elementos vinculados de una u otra forma con el trabajo, pero fuera del horario laboral” ¹⁸ | Horas laborales extras | Si No | Nominal | |
| | Procedencia | “Es el origen de algo o el principio de donde nace o deriva” ¹⁹ | Lugar de procedencia | Paita Sullana Piura | Nominal | |

| | | | | | | |
|--|-----------------------------|---|---------------------------------|--|-----------|-------------------------------|
| | Antecedentes patológicos | Alteraciones en la salud del trabajador | Tipo de enfermedad | Hipertensión Diabetes Alcoholismo Tabaquismo Enfermedades Respiratorias Enfermedades gastrointestinales Otras Ninguna | Nominal | |
| | Turnos nocturnos | “Horario de trabajo que se realiza en la noche “ ⁵ | Horarios de trabajo | SI NO | Nominal | |
| | Carga horaria | Cantidad de horas que realiza el trabajador | Número de horas laborales | 8 horas Más de 8 horas | Intervalo | |
| Variable dependiente: Calidad del sueño | Calidad del sueño | “Valoración subjetiva y objetiva de la calidad de sueño del trabajador” ¹³ | Test de Pittsburgh | Índice de calidad del sueño de Pittsburgh | Intervalo | Test de Pittsburgh |

2.3. METODOLOGÍA

Cuantitativo

2.4. TIPO DE ESTUDIO

El presente estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, transversal, retrospectivo y correlacional.

2.5. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de diseño fue no experimental, observacional de corte transversal.

2.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

2.6.1 POBLACIÓN

La población estuvo conformada por los 150 trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, 2017, de los cuales 82 son varones y 68 son mujeres, según datos proporcionados por la empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita.

2.6.2 MUESTRA POBLACIONAL

Se trabajó con todos los 150 trabajadores del área de producción que laboran en la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, en el año 2017 y que cumplieron con los criterios de inclusión.

2.6.3. MUESTREO

La muestra fue obtenida mediante muestreo no probabilístico intencional, se trabajó con los 150 trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita, en el año 2017, por conveniencia del autor.

2.7. CRITERIOS DE SELECCIÓN

2.7.1 Criterios de inclusión

- Trabajadores de ambos sexos que laboran en el área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica – Paita en el presente año 2017.
- Trabajadores que tengan de 3 meses a mas laborando para la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica- Paita, y se encuentran registrados en planillas.

2.7.2 Criterios de exclusión

- Trabajadores que laboran en otras áreas dentro de la empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita.
- Trabajadores que tengan menos de 3 meses laborando para la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica- Paita, y no se encuentran registrados en planillas.

2.8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento es el cuestionario.

Se enviaron dos solicitudes al jefe del área de Seguridad y Salud Ocupacional y al jefe de Relaciones Industriales de la empresa pesquera para realizar el estudio de investigación Ver anexos, las cuales fueron aceptadas para la realización del estudio en las instalaciones de la empresa.

2.9. MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

La información obtenida fue ingresada y procesada en un software paquete estadístico IBM SPSS Statistics versión 19 para Windows.

2.10. ASPECTOS ÉTICOS

Los participantes libremente firmaron un consentimiento informado y declaración del participante, constatando ser partícipes de la investigación, las fotografías tomados bajo su consentimiento no serán publicadas.

III. RESULTADOS

Tabla N° 1. Asociación entre la edad y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Edad | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| 18 años | 1 | 1,0% | 0 | 0% | 1 | 1,0% |
| 19-30 años | 7 | 7,0% | 4 | 4,0% | 11 | 11,0% |
| 31-50 años | 13 | 13,0% | 54 | 54,0% | 67 | 67,0% |
| >50 años | 1 | 1,0% | 20 | 20,0% | 21 | 21,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplico el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,01

En la tabla 1. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 74% (n=74) corresponden a las edades de 31 a mayores de 50 años, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 20% (n=20) corresponden a las edades de 19 a 50 años.

Tabla N° 2. Asociación entre el sexo y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Sexo | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|-----------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Masculino | 20 | 20,0% | 29 | 29,0% | 49 | 49,0% |
| Femenino | 2 | 2,0% | 49 | 49,0% | 51 | 51,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplico el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 2. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 49% (n=49) corresponden al sexo femenino, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 20% (n=20) corresponden al sexo masculino.

Tabla N° 3. Asociación entre el estado civil y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Estado civil | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|---------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Soltero | 8 | 8,0% | 15 | 15,0% | 23 | 23,0% |
| Conviviente | 9 | 9,0% | 19 | 19,0% | 28 | 28,0% |
| Casado | 5 | 5,0% | 42 | 42,0% | 47 | 47,0% |
| Divorciado | 0 | 0% | 1 | 1,0% | 1 | 1,0% |
| Viudo | 0 | 0% | 0 | 0% | 0 | 0% |
| Padre soltero | 0 | 0% | 1 | 1,0% | 0 | 0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,16

En la tabla 3. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 42% (n=42) están casados, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 9% (n=9) conviven y el 8% (n=8) están solteros.

Tabla N° 4. Asociación entre la existencia de niños pequeños en casa y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Tiene niños pequeños en casa | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|------------------------------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| | | | | | | |
| Si | 7 | 7,0% | 52 | 52,0% | 59 | 59,0% |
| No | 15 | 15,0% | 26 | 26,0% | 41 | 41,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplico el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 4. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 52% (n=52) tienen niños pequeños en su casa, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 15% (n=15) no tienen niños pequeños en su casa.

Tabla N° 5. Asociación entre la realización de actividades laborales fuera del turno de la empresa y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Actividades laborales fuera del turno de la empresa | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|---|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| | | | | | | |
| SI | 4 | 4,0% | 52 | 52,0% | 56 | 56,0% |
| No | 18 | 18,0% | 26 | 26,0% | 41 | 44,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 5. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 52% (n=52) realizan actividades laborales fuera del turno de la empresa, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 18% (n=18) no realizan actividades laborales fuera del turno de la empresa.

Tabla N° 6. Asociación entre la procedencia y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Procedencia | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|-------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Paita | 12 | 12,0% | 6 | 6,0% | 18 | 18,0% |
| Sullana | 4 | 4,0% | 36 | 36,0% | 40 | 36,0% |
| Piura | 6 | 6,0% | 36 | 36,0% | 36 | 42,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 6. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 72% (n=72) viven en Sullana y Piura, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 12% (n=12) viven en Paita.

Tabla N° 7. Frecuencia de antecedentes patológicos en los trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Santa Mónica –Paíta, 2017.

| Antecedentes patológicos | n° | % |
|---------------------------------|-----|-------|
| Hipertensión arterial | 11 | 11,0% |
| Diabetes mellitus | 14 | 14,0% |
| Alcoholismo | 2 | 2,0% |
| Tabaquismo | 1 | 1,0% |
| Enfermedades respiratorias | 13 | 13,0% |
| Enfermedades gastrointestinales | 23 | 23,0% |
| Otras | 5 | 5,0% |
| Ninguna | 31 | 31,0% |
| Total | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paíta, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 7. Podemos observar que EL 69 % de los trabajadores encuestados tienen antecedentes patológicos, de ellos el 23% tienen enfermedades gastrointestinales, el 14% tienen Diabetes mellitus, el 13% tienen enfermedades respiratorias, el 11% tienen hipertensión arterial, el 5% tienen otras enfermedades, el 2% tienen problemas con el alcoholismo, el 1% tienen problemas con el tabaquismo y el 31% no tiene ninguna enfermedad.

Tabla N° 8. Asociación entre la antecedentes patológicos y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Antecedentes patológicos | Buena calidad del Sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|--------------------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Hipertensión arterial | 0 | 0% | 11 | 11,0% | 11 | 11,0% |
| Diabetes mellitus | 0 | 0% | 14 | 14,0% | 14 | 14,0% |
| Alcoholismo | 0 | 0% | 2 | 2,0% | 2 | 2,0% |
| Tabaquismo | 0 | 0% | 1 | 1,0% | 1 | 1,0% |
| Enf. Respiratorias | 0 | 0% | 13 | 13,0% | 13 | 13,0% |
| Enf. Gastrointestinales | 2 | 2,0% | 21 | 21,0% | 21 | 23,0% |
| Otras | 0 | 0% | 5 | 5,0% | 5 | 5,0% |
| Ninguna | 20 | 20,0% | 11 | 11,0% | 31 | 31,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 8. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 69% (n=69) tienen antecedentes patológicos, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 20% (n=20) no tienen ningún antecedente patológico.

Tabla N° 9. Asociación entre la realización de turnos nocturnos y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita, 2017.

| Turnos | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|-----------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| nocturnos | | | | | | |
| Si | 13 | 13,0% | 70 | 70,0% | 83 | 83,0% |
| No | 9 | 9,0% | 8 | 8,0% | 17 | 17,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,00

En la tabla 9. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 70% (n=70) realizan turnos nocturnos rotatorios, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 13% (n=13) no realizan turnos nocturnos rotatorios.

Tabla N° 10. Asociación entre la carga horaria y la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Carga horaria | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Total | |
|----------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| 8 horas | 4 | 4,0% | 2 | 2,0% | 6 | 6,0% |
| Más de 8 horas | 18 | 18,0% | 76 | 76,0% | 94 | 94,0% |
| Total | 22 | 22,0% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

p=0,01

En la tabla 10. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados tienen mala calidad del sueño, de ellos el 76% (n=76) trabajan más de 8 horas, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 18% (n=18) trabajan más de 8 horas.

Tabla N° 11. Asociación entre el Índice de Calidad del Sueño (ICSP) y la carga horaria en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| ICSP | 8 horas | | Más de 8 horas | | Total | |
|-----------------|---------|------|----------------|-------|-------|-------|
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Normal (0-5) | 3 | 3,0% | 18 | 18,0% | 21 | 21,0% |
| Leve (6-8) | 2 | 2,0% | 36 | 36,0% | 38 | 38,0% |
| Moderado (9-11) | 1 | 1,0% | 31 | 31,0% | 32 | 32,0% |
| Severo (12-21) | 0 | 0% | 9 | 9,0% | 9 | 9,0% |
| Total | 22 | 22% | 78 | 78,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

En la tabla 11. Podemos observar que el 78% (n=78) de los 100 trabajadores encuestados trabajan más de 8 horas, de ellos el 67% (n=67) tienen un ICSP entre leve a moderado, en comparación con el 22% (n=22) de trabajadores trabajan 8 horas, de ellos el 5% (n=5) tienen un ICSP entre normal y leve.

Tabla N° 12. Asociación entre el Índice de Calidad del Sueño (ICSP) y la realización de turnos nocturnos en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| ICSP | REALIZA TURNOS | | NO REALIZA TURNOS | | Total | |
|-----------------|----------------|-------|-------------------|-------|-------|-------|
| | NOCTURNOS | | NOCTURNOS | | | |
| | n° | % | n° | % | n° | % |
| Normal (0-5) | 13 | 13,0% | 8 | 8,0% | 21 | 21,0% |
| Leve (6-8) | 31 | 31,0% | 7 | 7,0% | 38 | 38,0% |
| Moderado (9-11) | 30 | 30,0% | 2 | 2,0% | 32 | 32,0% |
| Severo (12-21) | 9 | 9,0% | 0 | 0% | 9 | 9,0% |
| Total | 83 | 83,0% | 17 | 17,0% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplico el cuestionario y Test de Pittsburgh.

En la tabla 12. Podemos observar que el 83% (n=83) de los 100 trabajadores encuestados realizan turnos nocturnos, de ellos el 61% (n=61) tienen un ICSP entre leve a moderado, en comparación con el 17% (n=17) de trabajadores no realizan turnos nocturnos que tienen buena calidad del sueño, de ellos el 15% (n=15) tienen un ICSP entre normal y leve.

Tabla N° 13. Componentes de la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial pesquera Santa Mónica –Paita ,2017.

| Componentes de la calidad del sueño | Muy Buena (0) | | Bastante buena (1) | | Bastante Mala (2) | | Muy Mala (3) | | Total | |
|---------------------------------------|---------------|-----|--------------------|-----|-------------------|-----|--------------|-----|-------|------|
| | n° | % | n° | % | n° | % | n° | % | n° | % |
| Calidad subjetiva del sueño | 20 | 20% | 28 | 28% | 34 | 34% | 18 | 18% | 100 | 100% |
| Latencia del sueño | 22 | 22% | 65 | 65% | 10 | 10% | 3 | 3% | 100 | 100% |
| Duración del sueño | 5 | 5% | 37 | 37% | 48 | 48% | 10 | 10% | 100 | 100% |
| Eficiencia habitual del sueño | 74 | 74% | 16 | 16% | 8 | 8% | 2 | 2% | 100 | 100% |
| Perturbaciones del sueño | 16 | 16% | 70 | 70% | 13 | 13% | 1 | 1% | 100 | 100% |
| Utilización de medicación para dormir | 95 | 95% | 3 | 3% | 1 | 1% | 1 | 1% | 100 | 100% |
| Disfunción durante el día | 24 | 24% | 15 | 15% | 52 | 52% | 9 | 9% | 100 | 100% |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017, a quienes se les aplicó el Test de Pittsburgh.

Calidad subjetiva del sueño:

El 34% (n=34) de los 100 trabajadores encuestados tienen bastante mala calidad del sueño.

Latencia del sueño:

De los 100 trabajadores encuestados el 65% (n=65) tienen una latencia del sueño bastante buena.

Duración del sueño

De los 100 trabajadores encuestados el 48% (n=48) tienen una duración del sueño entre 6 y 7 horas.

Eficiencia habitual del sueño

De los 100 trabajadores encuestados el 74% (n=74) tienen una eficiencia habitual del sueño muy buena.

Perturbaciones del sueño:

De los 100 trabajadores encuestados: el 70% (n=70) no presentan perturbaciones mientras dormían.

Utilización de medicación para dormir:

De los 100 trabajadores encuestados solo el 95% (n=95) no han utilizado medicación para dormir.

Disfunción durante el día:

De los 100 trabajadores encuestados el 52% (n=52) presentan disfunción durante el día bastante mala.

Tabla N° 14. Asociación entre los factores de riesgo psicosociales y la calidad de sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paita, 2017.

| Variables | | Calidad de sueño | | | | | |
|----------------|------------|-------------------------|-------|------------------------|-------|--------------|------------|
| | | Buena calidad del sueño | | Mala calidad del sueño | | Chi cuadrado | Valor de p |
| | | n° | % | n° | % | | |
| Edad | <30 años | 7 | 7,0% | 3 | 3,0% | 14.92 | 0,01 |
| | >30 años | 15 | 15,0% | 75 | 75,0% | | |
| Sexo | Masculino | 20 | 20,0% | 29 | 29,0% | 19.82 | 0,00 |
| | Femenino | 2 | 2,0% | 49 | 49,0% | | |
| Estado civil | Con pareja | 14 | 14,0% | 61 | 61,0% | 1.94 | 0,16 |
| | Sin pareja | 8 | 8,0% | 17 | 17,0% | | |
| Niños pequeños | Si | 7 | 7,0% | 52 | 52,0% | 8.61 | 0,00 |

| | | | | | | | |
|---|-------------|----|-------|----|-------|-------|------|
| en casa | No | 15 | 15,0% | 26 | 26,0% | | |
| Actividades laborales fuera del turno de la empresa | Si | 4 | 4,0% | 52 | 52,0% | 16.37 | 0,00 |
| | No | 18 | 18,0% | 26 | 26,0% | | |
| Procedencia | Paíta | 12 | 12,0% | 6 | 6,0% | 26.01 | 0,00 |
| | Otra ciudad | 9 | 9,0% | 69 | 69,0% | | |
| Antecedentes patológicos | Si | 2 | 2,0% | 66 | 66,0% | 44,98 | 0,00 |
| | No | 20 | 20,0% | 12 | 12,0% | | |
| Turnos nocturnos | Si | 13 | 13,0% | 70 | 70,0% | 11.42 | 0,00 |
| | No | 9 | 9,0% | 8 | 8,0% | | |

| | | | | | | | |
|---------|----------|----|-------|----|-------|------|------|
| | 8 horas | 4 | 4,0% | 2 | 2,0% | | |
| Carga | | | | | | 7.42 | 0,01 |
| horaria | Más de 8 | 18 | 18,0% | 76 | 76,0% | | |
| | horas | | | | | | |

Fuente: Trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica –Paíta, 2017, a quienes se les aplicó el cuestionario y Test de Pittsburgh.

En la tabla 14. Podemos observar que los factores de riesgo psicosociales como la edad (Chi cuadrado 11.66 , $p=0,00$) ,el sexo (Chi cuadrado 19.82, $p=0,00$), niños pequeños en casa (Chi cuadrado 8.61 , $p=0,00$), actividades laborales fuera del turno de la empresa (Chi cuadrado 8.61, $p=0,00$), procedencia (Chi cuadrado 26.01, $p=0,00$), antecedentes patológicos (Chi cuadrado 44.98 , $p=0,00$), turnos nocturnos (Chi cuadrado 11.42, $p=0,00$), carga horaria (Chi cuadrado 44.98, $p=0,00$), son estadísticamente significativos con relación a la calidad del sueño.

IV. DISCUSION

En nuestro estudio se encuestaron 100 trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica, obteniendo como resultado que el 22% (n=22) presentan buena calidad de sueño y el 78% (n=78%) presentan mala calidad del sueño, estos datos fueron recolectados por medio del Test de calidad del sueño de Pittsburgh un instrumento fácil de aplicar en individuos de habla hispana.¹³

En una investigación realizada en el año 2014 por estudiantes de enfermería de la Universidad de Cuenca Ecuador ,realizado en la Empresa Hidropaute de la misma ciudad ,se encuestó a un total de 193 trabajadores de ambos sexos ,presentando el 57,5 (n=111) y el 42.5 (n=82) mala calidad del sueño buena calidad del sueño no evidenciando asociación estadísticamente significativa para la edad, el sexo, procedencia, realización de turnos nocturnos ,solamente encontraron asociación estadísticamente significativa en la carga horaria y las enfermedades de los trabajadores.²²

Al compararlo con nuestro estudio en el cual también se aplicó Chi cuadrado y Valor de p, donde se encontró que existe asociación estadísticamente significativa entre calidad de sueño y los siguientes factores de riesgo psicosociales de nuestros trabajadores: la edad (Chi cuadrado 11.66 , p=0,00) ,el sexo (Chi cuadrado 19.82, p=0,00), niños pequeños en casa (Chi cuadrado 8.61 , p=0,00), actividades laborales fuera del turno de la empresa (Chi cuadrado 8.61, p=0,00),procedencia (Chi cuadrado 26.01,p=0,00),antecedentes patológicos (Chi cuadrado 44.98 ,p=0,00),turnos nocturnos (Chi cuadrado 11.42, p=0,00),carga horaria (Chi cuadrado 44.98, p=0,00),reconociendo que estos factores de riesgo psicosociales son un conjunto de situaciones, características que presentan los trabajadores del área industrial y que perjudica su desempeño y destrezas dentro de la empresa además su salud se ve perjudicada, ya que el estrés y la fatiga física y mental juegan un papel muy importante.¹

Un estudiante de medicina de la universidad Ricardo Palma de la ciudad de Lima, realizó un estudio en el año 2015 donde utilizó el Test de Pittsburgh para evaluar calidad de sueño en 101 internos de medicina del Hospital Dos de Mayo ,donde se evaluaron los 7 componentes del Test de Pittsburgh, donde evidencio que de los 101 internos de medicina encuestados el 56.44% tienen calidad de sueño bastante mala, el 35,64% contaban con

una latencia de sueño bastante buena, el 40.59% tienen una duración de sueño entre 5 y 6 horas, el 46.53%, tienen una eficiencia habitual del sueño bastante buena, el 69.31% no presentaron perturbación mientras dormían, el 38,61% presentan una disfunción de sueño bastante mala, el 96.4% no ha utilizado medicación para dormir.²⁷

En comparación con nuestro estudio que el 34% tienen bastante mala calidad de sueño el 65% tienen una latencia de sueño bastante buena, el 48% tienen una duración de sueño entre 6 y 7 horas, el 74% tienen una eficiencia habitual del sueño muy buena, el 70% no presentan perturbaciones mientras dormían, el 95% presentan una disfunción de sueño muy buena, el 52%no ha utilizado medicación para dormir, siendo los componentes del Test de Pittsburgh una herramienta útil para calificar la calidad del sueño en los trabajadores del área de producción de la empresa Santa Mónica en la ciudad de Paita.¹³

V. CONCLUSIONES

1. Existe relación estadísticamente significativa ($p < 0.05$) entre los factores de riesgo como la edad, el sexo, la existencia de niños pequeños en casa, la realización de actividades fuera del turno de la empresa, la procedencia, los antecedentes patológicos, la realización de turnos nocturnos rotatorios, la carga horaria.
2. Los factores de riesgo psicosociales asociados a los desórdenes de la calidad del sueño son los siguientes: la edad, el sexo, la existencia de niños pequeños en casa, la realización de actividades fuera del turno de la empresa, la procedencia, los antecedentes patológicos, la realización de turnos nocturnos rotatorios, la carga horaria.
3. De los 100 trabajadores del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica Paita que fueron encuestados en el presente año 78 trabajadores tienen mala calidad del sueño, y 22 trabajadores tienen buena calidad del sueño.

VI. RECOMENDACIONES

1. Los trabajadores mayores de 50 años que tienen mala calidad del sueño se recomendará a los jefes de producción que ellos sean ubicados en sectores de bajo riesgo de accidentes e incidentes laborales.
2. Los trabajadores al momento de salir de su jornada laboral de la empresa, se recomendará que lleguen a casa a descansar y no a realizar actividades domésticas en el caso de las mujeres y trabajos eventuales en el caso de los varones.
3. La realización de evaluaciones médicas constantes dentro de la empresa a los trabajadores de la empresa, ya que muchos de ellos por el tiempo no acuden al médico para ser evaluados y no recibir tratamiento de sus enfermedades.
4. Los trabajadores que realizan turnos nocturnos rotatorios reciben un refrigerio a la 1 de la madrugada, en este espacio se recomendará que se les brinde un descanso de 30 minutos para recuperar energías y no exigirles su ingreso inmediato a la planta de producción al momento de terminar su refrigerio, ya que esto estaría causando las enfermedades gastrointestinales y enfermedades respiratorias.
5. Los trabajadores recibirán información sobre los desórdenes de la calidad del sueño y así tomar conciencia de los riesgos que afectan su salud.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Gil – Monte PR. Algunas razones para considerar los riesgos psicosociales en el trabajo y sus consecuencias en la salud pública. *Revista Española Salud Pública*. 2009; 83 (2): 169 – 173
2. Mansilla Izquierdo F, Favieres Cuevas A. Factores de riesgo psicosocial en el trabajo. Madrid; 2012.
3. Miró E, Cano-Lozano M.C, Buela-Casal G. Sueño y Calidad de vida. Universidad de Granada. *Revista Colombiana de Psicología*. España; 2005 (14): 11 – 27.
4. Guevara Y. Factores psicosociales y su relación con la calidad de sueño en estudiantes de enfermería de la UNJBG. Tacna, 2012.
5. Barahona A. et al. El trabajo nocturno y sus implicaciones en la salud de médicos, enfermeras y oficiales de seguridad de los hospitales de la Caja Costarricense del Seguro Social en Costa Rica. 2013.
6. Vicente M. et al. Trastornos del sueño y trabajo. Aspectos preventivos, médico-legales y laborales. España; 2013}
7. Marco J. La importancia de dormir bien. Madrid: 2006
8. Los tiempos de la Organización del trabajo. Madrid: 2014.
9. Revista Bip. Trastornos del sueño. [Citado 3 de Julio de 2014].
10. Sueño y trabajo nocturno. [Citado 18 de Agosto de 2014].
11. Sacristán A. ¿Qué es el sueño? Importancia del mismo. 2012.
12. Guzmán G. et al. Guía Salud. Guía Práctica Clínica para el manejo de pacientes con insomnio en atención primaria. Madrid: 2010.
13. Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Noguchi”. Estudio Epidemiológico Metropolitano en Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao-Replicación 2012. Informe General. *Anales de Salud Mental*. 2013; XXIX. Suplemento 1.
14. Buysse DJ, Reynolds III CF, Monk T, Bernan SR, Kupfer DJ. The Pittsburgh Sleep Quality Index: A new instrument form Psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*. 1989; 28 (2): 193- 213.
15. Jiménez-Genchi A, Monteverde-Maldonado E, Nenclares-Portocarrero A, Esquivel-Adame G, De la Vega-Pacheco A. Confiabilidad y análisis factorial de la versión en español

- del índice de calidad de sueño de Pittsburgh en pacientes psiquiátricos. *Gac Méd Méx.* 2008; 144(6):491-6.
16. Durán G, Castro J. Hábitos y trastornos del sueño en rotadores de turnos de trabajo en una fábrica de bebidas. Perú; 2004
 17. Romero T. Problemas fisiológicos surgidos de la rotación de horarios. [Citado 20 de febrero de 2014]. 2013.
 18. Feo J. Influencia del trabajo por turnos en la salud y la vida cotidiana. Bogotá, 2008.
 19. Marco J. La importancia de dormir bien. Madrid 2006.
 20. Torres Sánchez, E. Sueño y condiciones de trabajo y salud en conductores de transporte especial. Un enfoque psicosocial, ciudad de Bogotá, 2012–2013. Universidad de Colombia. Bogotá, Colombia: 2015.
 21. Haro V, Labra A, Sánchez F. Repercusiones médicas, sociales y económicas del insomnio [Citado 25 de Agosto del 2014]. 2010, 5 (3):130-138
 22. Montero Saeteros E.J, Ochoa Ávila M.P, Segarra Mogrovejo A.S. Alteraciones de la calidad del sueño y factores de riesgo asociados en trabajadores de la empresa hidropaute de la ciudad de Cuenca, 2014. Ecuador: 2014.
 23. Clínica del sueño Estivil. Patología del ritmo circadiano. 2012. [Citado 3 de Julio del 2014]
 24. Fraternidad Mupresa. Reloj Biológico. 2010. [Citado 3 de julio del 2014]
 25. Javier. Biología: Ciclo Circadiano. 2009. [Citado 2 de julio del 2014]
 26. Rosales E, Egoavil M, La Cruz C, Rey de Castro J. Somnolencia y calidad del sueño en estudiantes de medicina de una Universidad Peruana. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú*, 2007; 68 (2): 150-158.
 27. Paico Liñan EJ. Calidad de sueño y somnolencia diurna en internos de medicina del Hospital Dos de Mayo periodo setiembre – noviembre 2015. Universidad Ricardo Palma. Perú: 2016
 28. Trellez López A, Villegas Guinea D.R; Juárez García D.M, Segura Herrera L.G, Fuentes Avilés L. Trastornos y calidad de sueño en trabajadores industriales de turno rotatorio y turno fijo diurno. *México.* 2005, 14 (2): 695-706. Disponible en: <http://dx.doi.org.10.11144/Javeriana.upsy14-2.tcst>

VIII. ANEXOS

ANEXOS N° 1

CUESTIONARIO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Universidad Cesar Vallejo-Piura

Facultad de Ciencias Médicas

Escuela de Medicina

“FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA - PAITA, 2017”

Instructivo: Le pedimos que responda el cuestionario con toda franqueza. Marque con una “X” el espacio correspondiente y recuerde seleccionar una sola opción.

La información que se obtenga en el siguiente cuestionario será confidencial.

Numero de formulario: _____

Fecha: _____

1.- Edad: _____

2.- Sexo: 1.- M () 2.- F ()

3.- Estado civil:

1.- Soltero () 2.- Conviviente () 3.- Casado () 4.- Divorciado ()

5.- Viudo () 6.-Padre soltero ()

4.- ¿Tiene niños pequeños en su casa?: 1.- Si () 2.- No ()

5.- ¿Realiza actividades laborales fuera del turno de la empresa?:

1.- Si () 2.- No () ¿Qué actividad realiza? _____

6.- Procedencia:

1.- Paita () 2.- Sullana () 3.- Piura ()

7.- Antecedentes patológicos:

1.- Hipertensión () 2.- Diabetes () 3.- Alcoholismo () 4.- Tabaquismo () 5.-
Enfermedades respiratorias () 6.- Enfermedades gastrointestinales () 7.- Otras () 8.-
Ninguna ()

8.- ¿Realiza turnos nocturnos?:

1.- Si () ¿Cuántos turnos realiza en el mes? ____ 2.- No ()

9.- Carga horaria:

1.- 8 horas () 2.- Más de 8 horas ()

ANEXOS N° 2

Cuestionario de Pittsburgh de calidad de sueño

Fecha: **Edad:**

Las siguientes cuestiones solo tienen que ver con sus hábitos de sueño durante el último mes. En sus respuestas debe reflejar cual ha sido su comportamiento durante la mayoría de los días y noches del pasado mes.

Por favor conteste a todas las cuestiones.

1.- Durante el último mes, cual ¿Cuál ha sido normalmente, su hora de acostarse?

2.- Cuanto tiempo habrá tardado en dormirse normalmente, las noches (marque con una X la casilla correspondiente)

Menos de 15 minutos _____

Entre 16 y 30 minutos _____

Entre 31 y 60 minutos _____

Más de 60 minutos _____

3.- Durante el último mes, ¿A qué hora se ha levantado habitualmente en la mañana?

4.- ¿Cuántas horas calcula que habrá dormido verdaderamente cada noche durante el último mes? _____

5.-Durante el último mes, cuántas veces ha tenido usted problemas para dormir a causa de:

a) No poder conciliar el sueño en la primera media hora:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o dos veces a la semana _____

b) Despertarse durante la noche o de madrugada:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

c) Tener que levantarse para ir al baño:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

d) No poder respirar bien:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

e) Toser o roncar ruidosamente:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

f) Sentir frío

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

g) Sentir demasiado calor:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

h) Tener pesadillas o malos sueños:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

i) Sufrir dolores:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

j) Otras razones por favor descríbalas:

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

6) Durante el último mes, ¿Cómo valoraría en conjunto, la calidad de su sueño?

Muy buena _____

Bastante buena _____

Bastante mala _____

Muy mala _____

7) Durante el último mes ¿Cuántas veces habrá tomado medicinas (por su cuenta o recetadas por el medico) para dormir?

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

8) Durante el último mes ¿Cuántas veces ha sentido somnolencia mientras conducía, comía o desarrollaba alguna otra actividad?

Ninguna vez en el último mes _____

Menos de una vez a la semana _____

Una o dos veces a la semana _____

Tres o más veces a la semana _____

9) Durante el último mes ¿ha representado para usted mucho problema el tener ánimos para realizar alguna de las actividades detalladas en la pregunta anterior?

Ningún problema _____

Solo un leve problema _____

Un problema _____

Un grave problema _____

10) Duerme solo o acompañado

Solo _____

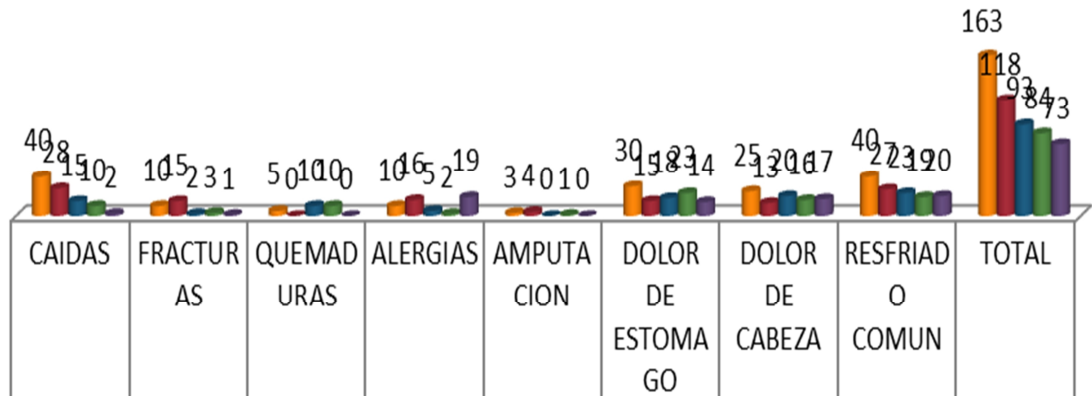
Con alguien en otra habitación _____

En la misma habitación, pero en otra cama _____

En la misma cama _____

REPORTE ANUAL DE ACCIDENTES E INCIDENTES LABORALES **INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA (AÑO 2016)**

■ PRODUCCION
 ■ PLANTA DE HARINA
 ■ FLOTA
 ■ MANTENIMIENTO
 ■ SEGURIDAD



| | CAIDAS | FRACTURAS | QUEMADURAS | ALERGIAS | AMPUTACION | DOLOR DE ESTOMAGO | DOLOR DE CABEZA | RESFRIADO COMUN | TOTAL |
|------------------|--------|-----------|------------|----------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------|
| PRODUCCION | 40 | 10 | 5 | 10 | 3 | 30 | 25 | 40 | 163 |
| PLANTA DE HARINA | 28 | 15 | 0 | 16 | 4 | 15 | 13 | 27 | 118 |
| FLOTA | 15 | 2 | 10 | 5 | 0 | 18 | 20 | 23 | 93 |
| MANTENIMIENTO | 10 | 3 | 10 | 2 | 1 | 23 | 16 | 19 | 84 |
| SEGURIDAD | 2 | 1 | 0 | 19 | 0 | 14 | 17 | 20 | 73 |

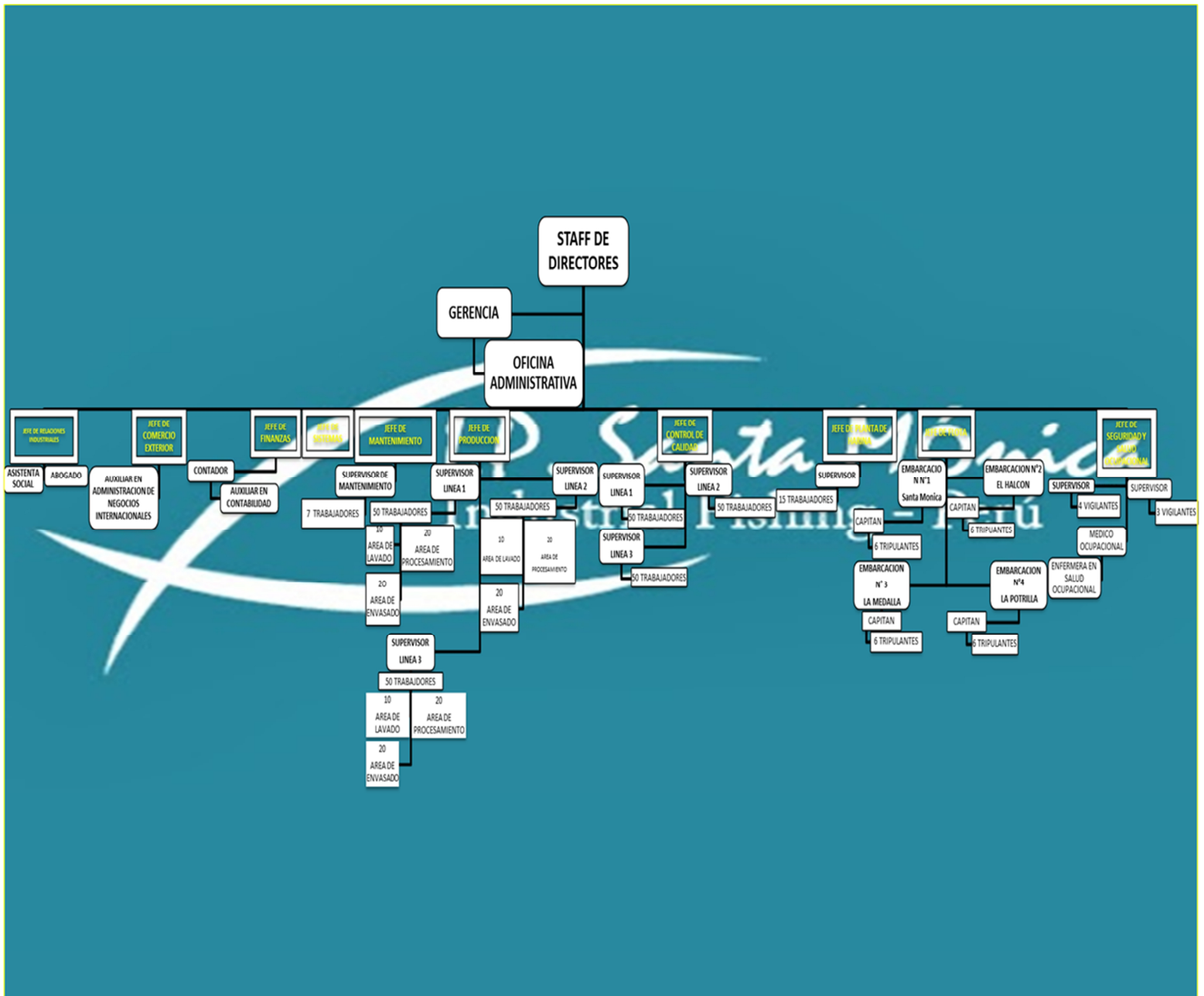
ANEXO N°4

**Distribución del personal del área de producción de la Empresa Industrial Pesquera Santa
Mónica-Paita. (Año 2017)**

| Turno | Diurno | | | Nocturno | | |
|------------------------|------------------|---------------|----------|----------|---------------|----------|
| Numero de trabajadores | 75 | | | 75 | | |
| Sector | Lavado | Procesamiento | Envasado | Lavado | Procesamiento | Envasado |
| Linea 1 | 30 | 30 | 15 | 30 | 30 | 15 |
| Linea 2 | 30 | 30 | 15 | 30 | 30 | 15 |
| Linea 3 | 30 | 30 | 15 | 30 | 30 | 15 |
| Total de trabajadores | 150 trabajadores | | | | | |

ANEXO N° 5

ORGANIGRAMA DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A. (Actualizado Enero 2017)



Fuente: Jefatura de Relaciones Industriales de la Empresa Industrial Pesquera Santa Mónica-Paita

SOLICITUD

Sr.HERRADA CHERO HUGO

**JEFE DE SEGURIDAD INDUSTRIAL Y SALUD OCUPACIONAL
INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MÓNICA S.A.**

Yo **DE LA CRUZ GODOS PAUL GIAN MARCOS**, identificado con DNI N° 47227906, alumno de la Facultad de Ciencias Médicas de la Escuela de Medicina de la Universidad Cesar Vallejo Piura, solicito autorización para ingresar a las instalaciones de la empresa pesquera, con el propósito de realizar mi trabajo de investigación denominado : **FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA PESQUERA SANTA MONICA-PAITA-2017**, en las fechas 05 y 07 de enero del año 2017.

Realizare una encuesta a los trabajadores del área de producción que cumplan con los criterios de inclusión, previa coordinación con el jefe del área de producción.

Deseando contar con su valiosa autorización.

HERRADA CHERO HUGO.

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD INDUSTRIAL Y SALUD OCUPACIONAL

INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A.

Paíta, 22 de Diciembre de 2016.

INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A.
Hugo Herrada Chero
JEFE DE SEGURIDAD

SOLICITUD

SR.HOYOS GRANDA ERICK

**JEFE DE RELACIONES INDUSTRIALES
INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MÓNICA S.A.**

Yo **DE LA CRUZ GODOS PAUL GIAN MARCOS**, identificado con DNI N° 47227906, alumno de la Facultad de Ciencias Médicas de la Escuela de Medicina de la Universidad Cesar Vallejo Piura, solicito autorización para ingresar a las instalaciones de la empresa pesquera con el propósito de realizar mi trabajo de investigación denominado : **FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA PESQUERA SANTA MONICA-PAITA-2017**, en las fechas 05 y 07 de Enero del año 2017.

Realizare una encuesta a los trabajadores del área de producción que cumplan con los criterios de inclusión, previa coordinación con el jefe del área de producción.

Deseando contar con su valiosa autorización.

HOYOS GRANDA ERICK E.
DEPARTAMENTO DE RELACIONES INDUSTRIALES
INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A.



Paíta, 22 de Diciembre de 2016.



INDUSTRIAL PESQUERA
SANTA MONICA S.A

CONSTANCIA DE INVESTIGACION

INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MÓNICA S.A., con domicilio en Tierra Colorada s/n Zona Industrial III- Paíta, identificada con RUC 20205572229 , debidamente representada por su JEFE DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL Ing. HERRADA CHERO HUGO.

DEJA CONSTANCIA:

Que el alumno de la Facultad de Ciencias Médicas, de la escuela de Medicina de la Universidad Cesar Vallejo Piura **DE LA CRUZ GODO PAUL GIAN MARCOS**, CON DNI N° 47227906 ,ha concluido con el trabajo de investigación que se le asignó en la empresa ,para beneficio de la misma y de sus trabajadores en el área de salud ocupacional, denominado: **FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS A DESORDENES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO EN LOS TRABAJADORES DEL AREA DE PRODUCCION DE LA EMPRESA PESQUERA SANTA MONICA-PAITA-2017**, encuestando a un total de 100 trabajadores del área de producción de la empresa en los días 05 y 07 de Enero del año 2017,

Se coordinó con el jefe del departamento de producción para brindarle la disponibilidad para encuestar a los trabajadores de ambos sexos de esa área.

Se ha desempeñado con responsabilidad y eficiencia , se le agradece por su contribución a nuestra empresa.

Se extiende el presente a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

HERRADA CHERO HUGO.

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD INDUSTRIAL Y SALUD OCUPACIONAL.

INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A.

Tierra Colorada s/n Zona Industrial III, Paíta-Perú, Telfs.:(51)-73 213200/213200 Fax (51)-73
212836

Paíta, 07 de Enero de 2017.

INDUSTRIAL PESQUERA SANTA MONICA S.A.
Hugo Herrada Chero
JEFE DE SEGURIDAD

